Cómo prepararse para la Comunión

Para prepararse en forma correcta para comulgar, la Santa Iglesia guía a sus fieles de esta manera:

Oración y ayuno:

Para el sacramento de la Santa Comunión es imprescindible prepararse con oración, abstinencia y sentido de humildad cristiana en espíritu y comportamiento. Estar en paz con uno mismo y con nuestros hermanos. Además, en lo posible confesarse. Existe una regla especial de oraciones, que se llaman “Oraciones para antes de comulgar” y se encuentran en el Libro de Oraciones. Desde la medianoche del día en que uno va a comulgar, no se debe ingerir ni agua ni ningún alimento, para que la Comunión sea el primer alimento que recibimos ese día.

Espíritu y comportamiento:

Los que se preparan para la Santa Comunión conscientemente y en lo más profundo deben aceptar su iniquidad, su insignificancia frente a Dios. Deben hacer las paces con todos y cuidarse, tratando de no despertar en ellos mismos el sentimiento de odio e intemperancia. Se esforzarán en no juzgar, vigilando pensamientos y conversaciones. Deben reflexionar sobre la grandeza del sacramento del Cuerpo y la Sangre de Cristo pasando el tiempo en forma reservada, en la lectura de las Escrituras y de libros religiosos de acuerdo, sinceramente, con sus posibilidades.

Confesión:

Es importante confesarse antes de tomar la Comunión, o si no es antes de la Comunión, por lo menos confesarse frecuentemente. La Confesión antes de comulgar es importante para purificar nuestra alma con el fin de recibir al Más Puro. Como quien limpia su casa para recibir una visita, con más razón debemos limpiar nuestro cuerpo y nuestra alma de impurezas, confesándolas ante Dios, para poder luego, estando limpios, recibir el Cuerpo y Sangre de Nuestro Señor, Dios y Salvador Jesucristo. Uno puede confesarse con el sacerdote, cualquier día de la semana o mismo el día anterior a comulgar, durante la Vigilia.

O bien, en el mismo día de comulgar, antes de la Liturgia. Llegar con arrepentimiento sincero, abriendo su espíritu con corazón limpio, sin ocultar ningún pecado cometido. Antes, hay que hacer las paces con los que nos ofenden y con los que hemos ofendido. Durante la confesión es mejor no esperar las preguntas del sacerdote, sino comenzar a decir lo que pesa en el alma, sin justificarse ni echar culpas a otros. Se aconseja, confesar siempre primero lo que nos da más vergüenza y de ahí en más seguir. De esta forma, habiendo manifestado el más grave de los pecados, le es mucho más fácil continuar con la confesión. Lo primero que debemos confesar (aparte de todo otro hecho sucio y vergonzoso) es que a Dios no lo amamos como Él nos ama, porque si lo amásemos, entonces no nos comportaríamos como lo hacemos. En esto reside el verdadero temor de Dios, o sea el temer hacerle daño al Creador, quien nos ama y al que amamos, con nuestros pecados.

Antes de la Comunión y en su transcurso:

Cuando el sacerdote sale con el Santo Cáliz para la comunión de los fieles, el comulgante debe acercarse al ambón con fe, devoción y temor de Dios. En el momento de tomar la Comunión, se deja paso en primer lugar, a los recién bautizados si los hay, luego a los niños y recién los adultos. Acercándose al Cáliz, las manos se cruzan sobre el pecho en forma de cruz apoyando la izquierda sobre la derecha. Frente al Cáliz, se pronuncia claramente el nombre recibido en el bautismo y con grave conciencia del sagrado momento que se está viviendo frente al Sacramento, con reverencia se abre la boca y se recibe, en ella, el Cuerpo y la Sangre de Cristo y se ingiere al instante. Estando ya frente al Cáliz no debe el comulgante persignarse antes ni después de comulgar, para evitar el golpearlo accidentalmente (al Cáliz).

Después de la Comunión:

Luego de recibir los Sacramentos, sin persignarse besar el borde del cáliz y tomar la prósfora que se le será dada por el acólito. Al final de la Liturgia, comúnmente en el coro se rezan las oraciones de agradecimiento por la Comunión. En el día de la Comunión, debemos cuidarnos de no escupir, no comer mucho, no embriagarse y en general comportarse con reverencia y orden, para "conservar en forma limpia a Cristo recibido."

Algunas oraciones para antes y después de Comulgar

Oración de San Basilio el Grande

Soberano Señor Jesucristo Dios nuestro, Fuente de la vida y de la inmortalidad, Creador de toda la creación visible e invisible, Hijo co – eterno del Padre eterno, quien por la abundancia de tu bondad en los últimos días te revestiste de nuestra carne y fuiste crucificado y sepultado por nuestra causa, que somos ingratos e irracionales, y con tu propia sangre causaste la restauración de nuestra naturaleza corrupta por el pecado: ¡Oh, Rey inmortal!, recibe mi arrepentimiento ya que soy pecador e inclina tu oído y escucha mis palabras: Porque he pecado, Señor, he pecado contra el cielo y ante Ti, y no soy digno de elevar mi mirada hacia la altura de tu gloria; porque he afrentado tu bondad por transgredir tus mandamientos y por desobedecer tus órdenes. Mas Tú, Señor, en tu mansedumbre, paciencia y gran misericordia, no me has entregado para que perezca con mis iniquidades, sino que siempre esperas de cualquier manera mi conversión. Porque Tú, Amante de los hombres, has dicho por tu profeta que no deseas la muerte del pecador, sino que se convierta y viva. Porque no quieres, Señor, que la obra de tus manos sea destruida, ni te agrada la destrucción de los hombres, sino que deseas que todos se salven y que lleguen al conocimiento de la verdad. No obstante, aunque soy indigno del cielo, de la tierra y de esta vida temporal, habiéndome entregado completamente al pecado y siendo esclavo del placer he profanado tu imagen; sin embargo, siendo tu obra y criatura, no me desespero por mi salvación sino cifrando esperanzas en tu infinita misericordia me atrevo a acercarme a Ti. Por eso recíbeme, Señor, Amante de la humanidad, como recibiste a la pecadora, al ladrón, al publicano y al pródigo, y quítame el pesado yugo de los pecados, Tú que quitas los pecados del mundo, que sanas las enfermedades de los hombres, que llamas a los rendidos y agobiados por el trabajo y les das descanso, pues no viniste a llamar al arrepentimiento a los justos sino a los pecadores. Límpiame de toda iniquidad de la carne y del espíritu. Enséñame, en tu temor a alcanzar la santidad perfecta, para que con el claro testimonio de una conciencia limpia pueda recibir una parte de tus Santos Dones y ser unido con tu sagrado Cuerpo y Sangre, a fin de que Tú mores y permanezcas en mí con el Padre y con tu Espíritu Santo.

¡Oh!, Señor Jesucristo, Dios mío, que la comunión de tus inmaculados y vivificantes Misterios no sea para mi condenación, ni para que debilite mi alma y cuerpo por comulgar indignamente; mas, concédeme que hasta mi último aliento reciba sin condenación una porción de tus Santos Dones; para unión con el Espíritu Santo, como provisión para la vida eterna y para una buena respuesta ante tu temible Juicio, para que yo también pueda participar junto con todos los elegidos en tus incorruptibles bienes que preparaste para los que te aman, ¡oh, Señor!, en quienes eres glorificado por los siglos. Amén.

Oración de San Juan Crisóstomo

Señor Dios mío, yo sé que no soy digno y que no merezco que entres bajo el techo del templo de mi alma porque está completamente desolada y caída, y no tienes en mí un lugar digno para reposar tu cabeza. Desde lo más alto te humillaste por causa nuestra, acepta ahora mi humildad. Así como te dignaste reposar en una gruta y en un pesebre de bestias irracionales, ahora dígnate reposar en el pesebre de mi alma irracional y entrar en mi corrupto cuerpo. Así como no desdeñaste entrar y cenar con pecadores en la casa de Simón el Leproso, consiente también entrar en la casa de mi humilde alma, que es todo leprosa y pecaminosa. Y así como no rechazaste a la mujer, adúltera y pecadora como yo, cuando se te acercó y te tocó, también sé compasivo conmigo que soy pecador, al acercarme a Ti y tocarte. Y como no despreciaste los labios impuros y sucios de la mujer que te besó, así también que no te repugnen mis labios aun más corruptos e impuros y mi muy inmunda lengua. Sea la brasa ardiente de tu santísimo Cuerpo y preciosa Sangre para la santificación e iluminación y el fortalecimiento de mi humilde alma y cuerpo, para alivio del yugo de mis muchos pecados, para protección contra toda acción diabólica, para restricción y supresión de mis hábitos malos y malignos, para mortificación de las pasiones, para obediencia de tus mandamientos, para la suma de tu divina gracia y la adquisición de Tu Reino. Porque no es con insolencia que me acerco a Ti, Cristo Dios, sino confiando en tu inefable bondad, no sea que llegue a ser presa del lobo espiritual por abstenerme por mucho tiempo de tu comunión. Por eso, te ruego, Señor, ¡oh, Soberano!, único Santo, santifica mi alma y cuerpo, mi mente y mi corazón, mi vientre y entrañas, y renuévame completamente. Arraiga en mis miembros el temor de Ti, y haz indeleble en mí tu santificación. Sé también mi auxilio y mi defensor,

guía mi vida en paz, y hazme digno de estar a tu diestra con tus Santos: por las oraciones e intercesión de tu Purísima Madre, de los espíritus que te sirven, de las purísimas Potestades y de todos los Santos que siempre te han agradado. Amén.

Oración de San Basilio el Grande

Conozco, ¡oh, Señor!, que comulgo indignamente tu purísimo Cuerpo y tu purísima Sangre, y que bebo y como mi propia condenación, sin reflexionar que son Cuerpo y Sangre tuyos, de mi Cristo y Dios. Sin embargo, con atrevimiento acudo a tu misericordia, porque Tú mismo dijiste: «El que come mi Cuerpo y bebe mi Sangre está en Mí, y Yo en él». Apiádate, pues, ¡oh, Señor!, y no me acuses a mí, pecador, sino haz conmigo según tu misericordia, para que tus Santos Sacramentos me sean para curación, purificación, iluminación, conservación, salvación y santificación de mi alma y cuerpo. Para la expulsión de cualquier visión, de cualquier acción malvada y de la influencia del diablo que obra mentalmente en mis miembros. Para que me den ánimo y amor por Ti, que corrijan mi vida y la afirmen; que desarrollen en mí virtudes y perfección; que me enseñen a cumplir tus mandamientos; que me sean para comunión con el Espíritu Santo, viático a la vida eterna y una buena respuesta en tu temible Tribunal. Que no sean para mi juicio y condenación.

Oración de San Juan Crisóstomo

Creo, Señor, y confieso que, en verdad eres el Cristo, Hijo de Dios vivo, que has venido al mundo para salvar a los pecadores, de los cuales soy yo el primero.
Y más, creo que este es tu mismo Purísimo Cuerpo, y que esta es tu misma Preciosa Sangre. Por eso te imploro que tengas piedad de mí, perdóname mis faltas voluntarias e involuntarias, cometidas por palabras o acciones, con conocimiento o por ignorancia, hazme digno de comulgar, sin condenación, de tus Santísimos Sacramentos, para la remisión de los pecados y para la vida eterna.

Versos de San Simeón el Traductor

He aquí que me acerco a la divina comunión.
Creador, no sea yo quemado con la comunión.

Pues Tú eres fuego que quema al indigno.
Mas, purifícame de toda iniquidad.

Luego estas oraciones

Acéptame hoy, oh Hijo de Dios, como partícipe de Tu Mística Cena. Pues no revelaré yo tu misterio a tus enemigos, ni te daré un beso, como Judas. Sino como el Buen Ladrón te digo: Acuérdate de mí, Señor, en Tu Reino.

Teme, hombre, cuando veas la sangre deificante.
Es una brasa que quema al indigno.
El cuerpo de Dios deifica y alimenta.
Deifica el espíritu y maravillosamente alimenta la mente.

Troparios:

Me has dulcificado con el amor, Cristo, y con tu divino amor me convertiste. Mas consume con fuego inmaterial mis pecados y hazme digno de saciarme del gozo que es en Ti, y al cantar enaltezca, ¡oh, Bondadoso! tus dos venidas.

¿Cómo puedo yo, indigno, entrar en el esplendor de tus Santos? Porque, si me atrevo a entrar en la cámara nupcial, mi vestidura me revela, porque no es vestidura de bodas, y como a un prisionero los ángeles me echarán fuera. Limpia, Señor, la iniquidad de mi alma y sálvame, porque amas a la humanidad.

Soberano, Amante de la humanidad, Señor Jesucristo, Dios mío, no sean para mi juicio estos santos Misterios por ser indigno, sino para purificación y santificación de mi alma y cuerpo, y para prenda de la futura vida y reino. Porque es bueno que yo me una a Dios y que ponga en el Señor la esperanza de mi salvación.

ORACIONES DESPUÉS DE LA SANTA COMUNIÓN

Acción de gracias por la Santa Comunión
¡Gloria a Ti, Dios! ¡Gloria a Ti, Dios! ¡Gloria a Ti, Dios!
Y esta oración de acción de gracias:
Te doy gracias, ¡oh, Señor! Dios mío, por no haberme rechazado a mí, pecador, sino por haberme hecho digno de ser participante de tus

Santos Sacramentos. Te doy gracias por haberme hecho digno a mí, indigno, de comulgar tus purísimos y celestiales Dones. Mas, Soberano, que amas a la humanidad, Tú que por nosotros has muerto y resucitado y nos has dado estos temibles y vivificadores Sacramentos para beneficio y santificación de nuestras almas y cuerpos, haz que lo sean también para curación de mi alma y cuerpo, para rechazo de lo adverso, para iluminación de los ojos de mi corazón, para la paz de mis fuerzas espirituales y para una fe firme, para un amor sincero, para que me llenen de sabiduría y para cumplimiento de tus mandamientos, para aumento de tu gracia divina y la obtención de tu reino, para que yo, resguardado por Ellos en tu Santidad, recuerde siempre tu gracia y ya no viva más para mí, sino para Ti, nuestro Soberano y Benefactor. Y así, en el momento de partir de esta vida con la esperanza de la vida eterna, llegue a alcanzar la paz perpetua, donde no cesa jamás el canto de los festejantes ni el gozo infinito de los que contemplan la inefable hermosura de tu rostro. Porque Tú eres el verdadero deseo y el indecible gozo de los que te aman, ¡oh, Cristo, nuestro Dios! y a Ti te alaba toda la creación por los siglos. Amén.

Otra oración

Que tu Cuerpo Santo, ¡oh, Señor Jesucristo!, Dios nuestro, me sea para la vida eterna, y tu Preciosa Sangre para la remisión de mis pecados. Que este agradecimiento me traiga regocijo, salud y alegría. Y en tu temible segunda venida, concédeme a mí, pecador, estar a la diestra de tu gloria, por las oraciones de tu Purísima Madre y de todos los santos.

Oración a Santísima Madre de Dios

¡Oh, Santísima Soberana, Madre de Dios, luz de mi alma entenebrecida, esperanza mía, mi amparo, mi refugio, mi consuelo y mi alegría! Te doy las gracias, porque me has concedido a mí, el indigno, comulgar del purísimo Cuerpo y de la preciosa Sangre de tu Hijo. Pero Tú, que diste a luz la verdadera Luz, ilumina los noéticos ojos de mi corazón. Tú, que has dado al mundo la Fuente de la inmortalidad, vivifícame a mí que yazgo muerto en el pecado. Tú, que eres la Madre compasiva del Dios misericordioso, apiádate de mí y concédeme arrepentimiento y contrición en mi corazón, humildad en mis intenciones, y poder invocarte en la esclavitud de mis pensamientos. Y concédeme que hasta mi último suspiro pueda recibir sin condenación la santificación de estos Santos Misterios, para la salvación del alma y del cuerpo. Y concédeme lágrimas de arrepentimiento y de confesión:

que yo pueda alabarte y glorificarte todos los días de mi vida; pues bendita eres Tú y glorificada por los siglos de los siglos. Amén.

Y luego:

Ahora, Señor, despides a tu siervo en paz, conforme con tu palabra; porque han visto mis ojos tu salvación, la cual has preparado en presencia de todos los pueblos; luz para revelación a los gentiles, y gloria de tu pueblo Israel.

Publicación de la Diócesis de Buenos Aires,
Sudamérica y Centroamérica
Iglesia Ortodoxa del Patriarcado de Serbia